

くずも公民館だより

《令和 8 年 10 月号》



ホームページ
QRコード

車尾公民館

TEL:34-3110 FAX:34-3138

E-mail:kuzumo@chukai.ne.jp

(平日 8:30~17:00)

【10月の予定】

- 4(日) よなごクリーン大作戦
- 8(木) ふれあい学級【健康講座】
- 17(土) 社福代議員研修会(ぼうさいこくたい鳥取)
- 18(日) グラウンド・ゴルフ大会
- 23(金) 公民館祭合同部会
- 26(月) リモート運動、健康相談
まちづくり協議会役員会
- 28(水) 自治会長会
- 31(土) 公民館祭準備



【11月の予定】

- 1(日) 公民館祭
- 6(金) 振替休館日
- 8(日) 米川清掃
- 9(月) 昔遊び体験会(小学校振替休日企画)
- 17(火) ふれあい学級【国際理解講座】
- 18(水) 健康相談
- 25(水) 小地域懇談会、自治会長会
- 27(金) リモート運動「栄養とお口の講座」
- 30(月) 人権教育推進研修会



ふれあい学級・くずも

第7回 健康講座

「腎臓を守ることが、
未来を守ること」

～高血圧・糖尿病との深い関係～

と き：10月8日(木)13:30~15:00

ところ：車尾公民館

講 師：独立行政法人労働者健康安全機構
山陰労災病院 腎臓内科
部長 山本 直 氏

*腎臓の働きは、老廃物のろ過・水分バランスの調整・血圧の調整・骨を守るビタミンDの活性化など全身に影響するものばかりです。機能が半分以上に低下しても自覚症状がほとんど現れないことが多く、『静かに壊れる臓器』と言われています。高血圧や糖尿病と深い関係がある腎臓について、詳しくお話ししていただきますので、ぜひご参加ください。



車尾地区民生児童委員交代のお知らせ

中島1丁目、上福原の一部を担当されておられた池田美江子さんが退任されました。地域の皆さんの困りごとや、相談相手として大変お世話になりました。ありがとうございました。

新任の民生委員さんは、三浦千代子さんです。よろしくお願いします

スポーツ大会のお知らせ

「グラウンド・ゴルフ大会」

グラウンド・ゴルフは、
約40年前に、高齢者の
健康づくりを目的として
鳥取県泊村で創案された
スポーツです。



いつでも、どこでも、だれ

でも楽しめるとして全国に普及しています。

皆さんの参加をお待ちしています。

と き：10月18日(日)

9:00 開会式

ところ：車尾小学校グラウンド

持ち物：水分補給用の飲み物

申込み：10月7日(水)までに各自治
会の体育部員さんへ、お申込み
ください。

～ 職員不在のお知らせ ～

10月15日(木) 9:30~17:00

10月16日(金) 8:30~14:00

第48回全国公民館研究集会島根大会に
参加のため、上記のとおり、職員は不在です。

公民館を使用される方は、事前にカギを借
りにお越しください。ご不便をおかけします。

車尾公民館祭

と き: 11月1日(日)

9:00~15:00

ところ: 車尾公民館・児童館

内 容: 前庭イベント・作品展示
バザー・健康づくりコーナー他

楽しい企画がいっぱいです
皆さまのお越しをお待ちしています *enjoy*

公民館祭 作品募集

あなたの作品を公民館祭で
展示してみませんか?

絵画・写真・書道・手芸・工
芸など、皆さんが制作された
作品を募集します。力作はもち
ろん、趣味で作った作品も大
歓迎です。

締め切り: 10月19日(月)

作品搬入: 10月29日(木)、
30日(金)

作品搬出: 11月2日(月)

*申込みは事前に公民館までお
願いします。

公民館祭について お願いとお知らせ

*詳細については、各戸配布のチラシをご覧ください。

*公民館祭当日は、駐車場はございませんので、お車での来場はご遠慮ください。路上駐車や近
隣のお店には迷惑になるので、駐車しないようお願いします。

*また、公民館・小学校敷地内は禁煙です。みんなでルールを守って楽しい公民館祭になるようご
協力をお願いします。

*11月6日(金)は、公民館祭の振替休館日です。公民館を利用される方は、事前に鍵を借りに
お越しください。

ボッチャ大会開催

9月13日(日)に車尾小学校体育館にて、
ボッチャ大会を開催しました。蒸し暑い日でし
たが、参加の皆さんも負
けずに熱戦を繰り広げら
れました。結果は以下の
とおりです。



優 勝

戸上自治会

準優勝

新町4丁目自治会 B
第3位

新町2丁目自治会

あこ club 活動予定

10月 8日(木) 10:00~11:00

内容: 自由遊び/車尾公民館

10月 15日(木) 10:00~11:00

内容: ベビーマッサージ/車尾公民館

10月 22日(木) 10:00~11:00

内容: ハロウィンパーティー/車尾公民館

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

ほんちよほんちよの

おはなしのへや

10月 21日(水) 10:30~11:10

内容: 絵本の読み聞かせ、
わらべうたなど

